

**PENYULUHAN PERAWAT PALIATIF TENTANG PENGERTIAN DAN DAMPAK
DEMENSIA ALZHEIMER DI DESA PALUH SIBAJI**

*PALIATIVE NURSE COUNSELING ABOUT THE UNDERSTANDING AND IMPACT OF
ALZHEIMER DEMENTIA IN PALUH SIBAJI VILLAGE*

¹⁾Eka Isranil Laily, ²⁾Agnes Fany Cahyani, ³⁾Mardan ⁴⁾Yovie Arista
^{1,2,3,4)}Program Studi Profesi Ners, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan
Universitas Prima Indonesia Medan
Email: ekaisranillaily@gmail.com

ABSTRAK

Alzheimer adalah sebuah penyakit pada otak yang mengakibatkan kondisi seseorang akan mengalami penurunan fungsi memori, cara berfikir, cara bersosialisasi, cara berkomunikasi, hingga mempengaruhi cara penderita penyakit tersebut menjalani kehidupan sehari-harinya. Dokter spesialis syaraf RS Borromeus, Yustiani Dikot, mengatakan demensia merupakan kumpulan gejala yang menimbulkan gangguan kognitif yaitu memori, atensi, memori, bahasa/komunikasi hingga perilaku atau kepribadian. Penyakit demensia kedua terbanyak adalah demensia vaskuler yang disebabkan gangguan darah di otak. Ini terjadi karena hipertensi atau stroke. Demensia lainnya terjadi karena parkinson dan lain-lain. Data Kemenkes menyebutkan, penyakit alzheimer paling banyak diderita oleh lansia berumur 65 tahun ke atas. Metode yang digunakan dalam kegiatan melalui serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan/edukasi, pelatihan, dan pendampingan. Komunitas dibentuk melalui beberapa kegiatan yaitu: koordinasi dengan pengurus RT, pedukuhan, dan tokoh masyarakat memberikan pelayanan kesehatan tentang rawat gabung. Pelayanan penyuluhan pengetahuan tentang dampak penderita alzheimer, Pendidikan tentang dampak penyakit alzheimer bagi masyarakat, Pendidikan kesehatan tentang gizi dan kebersihan diri, Pemberian reward bagi para Masyarakat, Door prize usai kegiatan Penyuluhan, Pemberian reward bagi para kader. Hasil yang dicapai setelah mengikuti penyuluhan dan diskusi masyarakat Desa Paluh Sibaji mengetahui penyakit demensia alzheimer dan dampak demensia alzheimer.

ABSTRACT

Alzheimer's is a disease of the brain that causes a person's condition to experience a decrease in memory function, way of thinking, way of socializing, way of communicating, thus affecting the way sufferers of this disease live their daily lives. Neurologist at Borromeus Hospital, Yustiani Dikot, said dementia is a collection of symptoms that cause cognitive impairment, namely memory, attention, memory, language/communication to behavior or personality. This happens due to hypertension or stroke. Other dementia occurs due to parkinson and others. Data from the Ministry of Health stated that Alzheimer's disease mostly affects elderly people aged 65 years and over. The method used in activities through stages includes counseling/education, training, and mentoring. The community was formed through several activities, namely: coordinating with RT administrators, hamlets, and community leaders providing health services regarding hospitalization, Knowledge counseling services about the impact of Alzheimer's sufferers, Education on the impact of Alzheimer's disease on the community, Health education on nutrition and personal hygiene, Giving gifts to the

Community, Door prizes after the counseling activities, Giving gifts to cadres. The results achieved after participating in the counseling and discussion of the people of Paluh Sibaji Village know about Alzheimer's dementia and the impact of Alzheimer's dementia.

PENDAHULUAN

Berdasarkan data masyarakat paluh sibaji merupakan desa yang memiliki kepadatan penduduk paling padat di antara desa-desa lainnya. Kondisi lingkungan sosial masyarakat sebagian besar tergolong urban atau metropolitankarena wilayahnya dekat kota dan fasilitas umum lengkap.

Kesadaran masyarakat untuk kesehatan masih terbatas, belum menyeluruh pada semua lapisan masyarakat dan semua wilayah desa paluh sibaji .Penyakit demensia Alzheimer merupakan penyakit degeneratif otak yang biasanya menyerang orang usia di atas 65 tahun. Penyakit Alzheimer adalah suatu kondisi sel-sel syaraf di otak mati, sehingga sinyal-sinyal otak sulit ditransmisikan dengan baik.

Hal ini menyebabkan seseorang penderita sulit mengingat sesuatu, baik berupa obyek, nama seseorang, maupun peristiwa. Sejauh ini, tidak ada satu factor utama yang telah diidentifikasi sebagai penyebab penyakit Alzheimer. Sangat mungkin bahwa kombinasi beberapa faktor mempengaruhi seperti usia, pembawaan genetik,faktor lingkungan, gaya hidup dan kesehatan umum. Pada beberapa orang,

penyakit inidapat berkembang diam-diam selama bertahun-tahun sampai gejalanya muncul Kondisi publik Indonesia belum begitu mengenal dan paham tentang penyakitdemensia alzheimer (ke-pikun-an).

Pemahaman publik Indonesia terhadap Alzheimer masih sangat minim (rendah), sehingga pikun dianggap remeh. Padahal populasi demensia alzheimer di Indonesia menurut Menteri Kesehatan (Menkes), Nila F.Moeloek, semakin bertambah banyak. Menurut Menkes, Nila F. Moeloek, demensia (alzheimer) dipercepat oleh keadaan-keadaan yang sebelumnya, seperti hipertensi,diabetes melitus (DM) yang kurang diperhatikan.Oleh karena itu, diperlukan kegiatan “Penyuluhan Kesehatan tentang demensia Alzheimer untuk Masyarakat desa paluh sibaji” sebagaiupaya pemahaman tentang potensi, resiko, dan bahaya penyakit demensia Alzheimer sehingga masyarakat memiliki kepedulian terhadap gaya hidup sehat sebagai bentuk pencegahan. Selain itu, diharapkan terbentuknya komunitas masyarakat desa paluh sibaji peduli penyakit Alzheimer dengan gerakan senam poco-poco di desa paluh sibaji setiap hari Minggu

Alzheimer adalah sebuah penyakit pada otak yang mengakibatkan kondisi seseorang akan mengalami penurunan fungsi memori, cara berfikir, cara bersosialisasi, cara berkomunikasi, hingga mempengaruhi cara penderita penyakit tersebut menjalani kehidupan sehari-harinya. Dokter spesialis syaraf RS Borromeus, Yustiani Dikot, mengatakan demensia merupakan kumpulan gejala yang menimbulkan gangguan kognitif yaitu memori, atensi, memori, bahasa/komunikasi hingga perilaku atau kepribadian.

Demensia alzheimer menurut Dr. Noveline Sagota SpS, merawat orang demensia adalah pekerjaan yang paling sulit didunia dan dapat mengakibatkan stress bagi seseorang yang menjadi perawatnya. Orang yang memberikan perawatan ini biasa disebut care giver. Kita perlu mengidentifikasi secara dini stress pada seorang care giver dan kita perlu mencegah/mengatasi kelelahan secara fisik dan jiwa (burnout) pada seorang care giver, agar kesehatannya tetap terjaga, sehingga dapat merawat pasiennya dengan baik. Pencegahan dan penanganan ini dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai pengetahuan dan pemahaman kepada care giver.

Penyakit demensia kedua terbanyak adalah demensia vaskuler yang disebabkan

gangguan darah di otak. Ini terjadi karena hipertensi atau stroke. Demensia lainnya terjadi karena parkinson dan lain-lain.

Data Kemenkes menyebutkan, penyakit alzheimer paling banyak diderita oleh lansia berumur 65 tahun ke atas. Namun, penyakit ini pun rentan menyerang individu 2 berusia 40-an tahun. Estimasi jumlah penderita penyakit alzheimer di Indonesia pada tahun 2013 mencapai satu juta orang. Jumlah itu diperkirakan akan meningkat drastis menjadi dua kali lipat pada tahun 2030, dan menjadi empat juta orang pada tahun 2050.

Direktur Eksekutif Alzheimer Indonesia, DY Suharya, mengatakan bahwa memang masih banyak orang yang tidak paham soal alzheimer. Ketidak pahaman ini timbul karena kurangnya informasi soal penyakit tersebut.

Demensia merupakan istilah umum, menggambarkan gejala yang terjadi ketika otak dipengaruhi oleh penyakit atau kondisi tertentu. Ada berbagai jenis demensia, meskipun ada beberapa yang lebih umum daripada yang lain karena sering dinamai sesuai dengan kondisi yang telah menyebabkan demensia tersebut.

Penyakit Alzheimer adalah penyebab paling umum dari demensia. Selama sakit berlangsung, zat kimia dan struktur otak berubah sehingga

menyebabkan kematian sel-sel otak. Istilah demensia menggambarkan serangkaian gejala yang mencakup kehilangan memori, perubahan suasana hati, masalah dengan komunikasi dan penalaran. Gejala ini terjadi ketika otak mengalami kerusakan oleh penyakit atau kondisi tertentu termasuk penyakit Alzheimer.

Penyakit Alzheimer, pertama kali dijelaskan oleh ahli saraf Jerman, yaitu Alois Alzheimer, merupakan penyakit fisik yang mempengaruhi otak. Selama berjalannya waktu penyakit protein plak dan serat yang berbelit berkembang dalam struktur otak yang menyebabkan kematian sel-sel otak. Orang dengan Alzheimer juga memiliki kekurangan beberapa bahan kimia penting dalam otak mereka. Bahan kimia ini terlibat dengan pengiriman pesan dalam otak. Alzheimer adalah penyakit progresif, bertahap dari waktu ke waktu dan menyebabkan lebih banyak bagian otak yang rusak. Karena itulah gejala yang muncul menjadi lebih parah.

1. Mild Cognitive Impairment (MCI)

Baru-baru ini beberapa dokter telah mulai menggunakan istilah Mild Cognitive Impairment (MCI) yaitu kerusakan kognitif ringan ketika seseorang memiliki kesulitan mengingat hal-hal atau berpikir jernih tetapi gejalanya tidak cukup berat untuk mengarah ke diagnosis penyakit Alzheimer.

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa orang dengan MCI memiliki peningkatan risiko untuk berkembang ke penyakit Alzheimer. Namun, peningkatan dari MCI ke Alzheimer rendah (sekitar 10%-20% setiap tahun) dan akibatnya diagnosis MCI tidak selalu berarti bahwa orang tersebut akan terus berkembang menjadi Alzheimer.

2. Apa yang menyebabkan penyakit Alzheimer?

Sejauh ini, tidak ada satu faktor utama yang telah diidentifikasi sebagai penyebab penyakit Alzheimer. Sangat mungkin bahwa kombinasi beberapa faktor mempengaruhi seperti usia, pembawaan genetik, faktor lingkungan, gaya hidup dan kesehatan umum. Pada beberapa orang, penyakit ini dapat berkembang diam-diam selama bertahun-tahun sampai gejalanya muncul.

1. Usia

Usia merupakan faktor risiko terbesar untuk demensia. Demensia mempengaruhi satu dari 14 orang di atas usia 65 tahun dan satu dari enam di atas usia 80 tahun.

2. Pembawaan genetik

Kita tahu bahwa ada beberapa keluarga yang jelas mempunyai pembawaan penyakit dari satu generasi ke generasi berikutnya. Dalam keluarga, hal ini sering terjadi dimana penyakit muncul relatif lebih

awal. Dalam sebagian besar kasus, pengaruh gen penyakit Alzheimer yang diwariskan oleh orang tua tampaknya kecil. Jika orang tua atau anggota keluarga lain cenderung terkena Alzheimer, kemungkinan Anda sendiri terserang Alzheimer yang hanya sedikit lebih tinggi daripada orang yang tidak memiliki kasus Alzheimer pada keluarga dekatnya.

3. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan yang dapat berkontribusi pada timbulnya penyakit Alzheimer masih harus diidentifikasi. Beberapa tahun yang lalu, ada kekhawatiran bahwa paparan aluminium dapat menyebabkan penyakit Alzheimer. Namun, ketakutan ini sebagian besar telah diabaikan.

4. Faktor lain

Dapat dikarenakan oleh perbedaan kromosom, orang dengan down syndrome memiliki peningkatan risiko berkembangnya penyakit Alzheimer. Orang yang memiliki cedera kepala berat atau leher (whiplash injuries) juga memiliki peningkatan risiko mengalami perkembangan demensia. Petinju yang menerima pukulan terus menerus di kepala juga memiliki risiko tersebut.

Penelitian juga menunjukkan bahwa orang yang merokok, memiliki tekanan darah tinggi, kadar kolesterol tinggi atau diabetes

memiliki peningkatan risiko perkembangan penyakit Alzheimer. Anda dapat membantu mengurangi risiko dengan tidak merokok, makan diet seimbang yang sehat dan melakukan pemeriksaan tekanan darah serta kolesterol secara rutin di usia pertengahan. Menjaga berat badan dan gaya hidup sehat serta menggabungkan kegiatan mental dan sosial juga akan membantu.

3. Tahapan Alzheimer

Semua jenis demensia bergerak secara progresif. Ini berarti bahwa struktur kimia otak menjadi semakin rusak dari waktu ke waktu. Kemampuan seseorang untuk mengingat, memahami, berkomunikasi dan berpikir secara bertahap pun menurun. Seberapa cepat perkembangan demensia tergantung pada individu itu sendiri. Setiap orang unik dan mengalami demensia dengan cara mereka sendiri.

Bagaimana seseorang mengalami demensia tergantung pada banyak faktor, termasuk kondisi fisik, ketahanan emosional dan dukungan bagi mereka. Melihat demensia sebagai serangkaian tahapan, dapat menjadi cara yang berguna untuk memahami suatu penyakit tetapi penting untuk menyadari bahwa cara ini hanya memberikan panduan kasar di dalam melihat perkembangan kondisi.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan melalui serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan/edukasi, pelatihan, dan pendampingan. Komunitas dibentuk melalui beberapa kegiatan yaitu: koordinasi dengan pengurus RT, pedukuhan, dan tokoh masyarakat memberikan pelayanan kesehatan tentang rawat gabung,.Pelayanan penyuluhan pengetahuan tentang dampak penderita alzheimer, Pemeriksaan lingkungan sekitar apakah terdapat penderita alzheimer,Pendidikantentang dampak penyakit alzheimer bagi masyarakat,Pendidikan kesehatan tentang gizi dan kebersihan diri,Pemberian reward bagi para Masyarakat,Door prize usai kegiatan Penyuluhan, Pemberian reward bagi para kader.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Yang menjadi sasaran utama dalam penyuluhan ini adalah Masyarakat desa paluh sibaji yang akan diubah perilakunya .Alzheimer adalah sebuah penyakit pada otak yang mengakibatkan kondisi seseorang akan mengalami penurunan fungsi memori, cara berfikir, cara bersosialisasi, cara berkomunikasi, hingga mempengaruhi cara penderita penyakit tersebut menjalani kehidupan sehari-harinya

KESIMPULAN

Program ini di mulai dari pendataan, musyawarah dengan tokoh masyarakat untuk menentukan berapa banyak masyarakat yang mengetahui dampak dari demensia Alzheimer. Penyuluhan perawat paliatif tentang pengertian dan dampak demensia mengundang masyarakat desa paluh sibaji untuk hadir. namun dengan adanya kerjasama dengan bidan dan kader di tempat akhirnya penyuluhan ini dapat terlaksana dengan baik. Banyak masyarakat yang datang dalam penyuluhan tersebut bahkan ada yang ikut membawa keluarganya. Mereka di berikan pendidikan kesehatan mengenai demensia dan dampak demensia Alzheimer.

DAFTAR PUSTAKA

- Assosiasi Alzheimer Indonesia (AazI), 2003. Konsensus Nasional Pengenalan dan Penatalaksanaan Demention Lainnya, Edisi I. Demensia Alzheimer. Jakarta : Assosiasi Alzheimer Indonesia
- Badrusshalih, 2008. Batas-batas Usia Lanjut, <http://ahmadfikri.blogspot.com> diakses 19 November 2011.

Bougie, 2001; *Physical Activity and Exercise for The Older Adult*; Dalam *The Aging Body*, McGraw-Hill, New York, hal. 293-322.

Darmojo, R, dkk, 1999. *Buku Ajar Geriatri (Ilmu Kesehatan Lanjut)*, Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.

Depkes RI, 1992. *Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut bagi Petugas Kesehatan*. Depkes RI. Jakarta.

Gunawan Adi. M, S, 2001. *Mekanisme dan Mekanika Pergerakan Otot*, FMIPA Universitas Katholik, Prahyangan.

Gauchard GC. *Beneficial effect of proprioceptive physical activities on balancecontrol in elderly human subjects* [Online]. 2003

Available from: URL:
http://pequi.incubadora.fapesp.br/portal/referencias/atividade/gauchard_af_age_1999.pdf.

Gopalan,C, 1992. *Nutrition in Developmental Transition in South-East Asia*.

World Health Organization. *New Delhi: Regional Office of South-East Asia*.

Huxham et al. 2001; *Theoretical Consideration in Balance Assesment* ;

Australian

Journal of Physiotherapy vol. 47, Retrieved December 28, 20011, from www.physiotherapy.asn.au.

Irfan M, dan Susanti Jemmi, 2008. *Journal Fisioterapi*, Pusat Pengelola Ilmiah Universitas Indonusa Esa Unggul, Jakarta.

Juniarti Windi, D, 2007. *Skripsi Pengaruh Latihan Hatha Yoga Modifikasi Selama 12 Minggu Terhadap Keseimbangan Statis*, Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Semarang.